



体育人文社会学

瑜伽运动的生态女性主义意蕴*

郭玉江

(郑州大学 体育学院 郑州 450044)

摘要: 运用文献资料法、逻辑分析法等,以西方最有活力和批判性的生态女性主义理论为基础,在对“男权体育”进行批评的基础上,对瑜伽运动进行探究,认为瑜伽运动追求“身心合一”“阴阳平衡”“梵我归一”,崇尚人的主体性,具有自然“繁衍”隐喻、“水性”隐喻,蕴涵着浓厚的生态女性主义智慧,可为化解当代男权体育危机提供新的思路,对当今的体育观、运动观、养生观、身体观等具有一定的启示作用。

关键词: 瑜伽;生态女性主义;男权体育

文章编号:1001-747X(2016)05-0550-05

文献标识码:A

中图分类号:G831.31

DOI: 10.16063/j.cnki.issn1001-747x.2016.05.008

Implication of Ecofeminism in Yoga

GUO Yujiang

(Physical Education College of Zhengzhou University, Zhengzhou 450044, China)

Abstract: By the methods of documenting and logical analysis, yoga is explored based on ecofeminism theory which is frequently used and is critical in the West. The male dominated sports is criticized. It is pointed out that yoga aims to reach the state of unity of body and mind, balance of Yin and Yang, reunification of Buddhist and me. Subjectivity is emphasized in yoga and also the metaphor of “productivity” and “water” with nature can be found in yoga. The ecofeminism wisdom in yoga can provide new way of thinking for the crisis of male dominated sports and also provide guide for the current views on sports, exercise, health care and body.

Key words: yoga; ecofeminism; the male dominated sports

《国务院关于加快发展体育产业促进体育消费的若干意见》是我国第一次从产业角度对体育产业发展进行规划,首次将全民健身提升到国家发展战略高度,城市健身圈建设如火如荼,健身项目品牌建设推上了发展日程;同时随着经济的发展,体育事业在发展过程中也出现了众多异化现象,使人们认识到体育运动发展需要一个健康自然且和谐的环境,生态体育的建设也应运而生。研究以西方最有活力和批判性的生态女性主义理论为基础,在对“男权体育”进行批评的基础上,针对深具东方文化基础的瑜伽运动进行探究,分析其符合生态女性主义意蕴的契合点,以阐述瑜伽运动的生态养生价值,同时也期待人们对当代健身与养生领域的发展进行深度思索。此外研究瑜伽运动的生态女性主义意蕴,可为化解当代男权体育危机提供新的思路,引导体育消费者以合乎生态的消费方式参与文化强国建设和全民健身运动,促进体育生态的和谐发展。

1 生态女性主义视域下的“男权体育”批评

1.1 生态女性主义概述

生态女性主义是在20世纪初环境问题的日趋严重的时代背景下,在生态哲学和女性主义的基础上逐步发展起来一个新兴流派,主要包括“哲学生态女性主义”“文化生态女性主义”和“社会生态女性主义”等分支^[1],各分支都是以一种批判的哲学方法论来探究生态环境问题、种族歧视问题、人与自然环境的关系等几方面内容,主要认为女性已经成为一种文化隐喻,女性代表着处于弱势地位的、长期以来承受着“父权制”的戕害^[2]。女性生态主义理论的产生和发展一直都伴随着对“统治框架”或者说是“父权制”的批判。父权制统治的框架有3个基本特征:二元思维方式(二元论)、价值等级观念和统治的逻辑思维。在生态女性主义看来,二元论将原本男女之间平等的状态彻底地打破了,分出了

* 收稿日期:2015-11-06;修回日期:2016-01-10

基金项目:国家社会科学基金项目(15BTY026);河南省教育厅科学技术研究重点项目(14A890010)

作者简介:郭玉江(1979-),男,河南新乡人,副教授,硕士生导师,研究方向为运动心理与养生文化。

“中心”与“边缘”的概念,二元论表面上将双方看成是相互依存的,各自都有价值和意义,但是彼此之间的价值是存在明显区别的。价值等级观念将一切都按等级分化,认为在等级结构中高等级要优越于低等级。统治逻辑思维的理念就是对于任何的X和Y来说,如果X的价值比Y的价值高,那么X就要受到Y的支配,并且认为这种支配是理所应当的。在“父权制”的理念下,男人被看作是“人”或者精神的崇高层面,而女人则被等同于自然或者是身体层面。因此,男人优越于女人和自然、价值高于女人和自然,驱使女人和征服自然是男人的权利。

生态女性主义通过哲学性别分析、社会性别分析和自然性别分析,突出其对“父权制”中二元论、价值等级观念和统治逻辑思维的批判,强调女性与自然生态的内在联系,认为环境问题的产生是因为社会意识男性化,生态问题的解决应从女性角度出发。生态女性主义者强烈反对“父权制”,目的是建立自愿、平等、和谐的人际关系,建立一个男人女人之间与自然平等和谐的社会。

1.2 男性权力下体育的异化

现代社会的生态主义危机已经威胁到了世界的各个方面,这种“危机”不仅是人与自然关系的危机,同时也包括人与人之间的交往危机,还包括个体本质对象化的价值危机与情感危机。生态女性主义者认为这些危机在现代社会的集中爆发皆根源自男性权力下的人的异化,人类中心、理性第一、男权至上、资本主导都是男权话语的现实表现形式,自然、女性、感性和道德关怀都是被权力宰制的对象。

在体育运动领域尤其是竞技体育则更多地体现了这种“男权制”。从“体育为战争准备”“体育模拟战争”到“体育代理战争”等体育理念的发展过程来看,无不体现和包容了人类的野蛮和攻击性,演变过程也诠释了男性权力表现和危机^[3]。在这一权力话语之下竞技体育的表现尤为突出,男权主义导致了以金牌、成绩、奖励等为价值导向的形成,作为竞技体育主体的人(包括运动员、教练员、管理者、裁判员等)本应追求自身的发展与超越,但却被竞技体育这一客体给束缚了,过分追求“更高、更快、更强”,过分强调“金牌至上”的理念,被物质奖励和金牌所吸引,趋向于商品化,运动员为了获得荣誉与金钱,不断扭曲人的自然性,将自己的身体不断沦化为“超级工具”,不再思考运动本身的意义,不顾及人的存在本然性,以对身体的伤害来换取所谓的价值体现。相关调研发现:我国90%以上的专业运动员少儿时期便开始从事专业训练,他们在身体发育的黄金时期却承受了超负荷的训练,以至于大部分运

动员留下不同程度的伤病和后遗症^[4]。另外为了恢复对身体的伤害和提高竞技成绩,大量的药物、滋补品、兴奋剂被摄入,打破了自然身体的平衡,导致身体的“非自然状态”,造成内分泌失调、抵抗力下降等一系列生理和心理的疾病。社会层面上各级体育主管部门出现“唯金牌主义”,金牌成为衡量奖金、业绩与晋升等方面的硬性指标,在这种功利价值观的影响下,“黑哨”“假球”“兴奋剂”“身份造假”“赛场暴力”等丑闻频繁上演。另外作为吸引资本的热土,运动赛事成为获取金钱的工具,为了吸引资本,不惜破坏自然环境,在举办赛事前大量修建更多更新的体育场馆,体育在大张旗鼓地追求国民生产总值稳步提升和拉动居民消费的设施建设过程中变得“面目全非”,这一切都加速了体育的异化和人本真性的沦丧。

在全民健身领域,伴随工业化生产和消费社会的建立,男权主义思想在社会中占有了主导地位,在追求利益与价值的导向下,大众体育也呈现出商品化、产业化的趋势,其本来所赋予的养生、教育和娱乐功能也渐渐淡化,沦为了物化的工具,导致了社会意识的普遍物化及人的异化。在产业化进程中由于过分强调功利性,部分传统运动项目被披上了时代化的外衣,不再强调文化的底蕴与传承,甚至不惜以牺牲原生态文化为代价,变得媚俗,失去了文化的本真价值。社会形态的转变让体育承载了太多的东西,出现了许多不择手段获取利益的事情。同时在男性权力的影响下体育还崇尚力量、负荷、挑战等“男性”气质,贬低了“女性”的气质,如存在对瑜伽、太极等贴上柔弱无力的女性标签行为。这些都最终导致体育本质的异化,破坏了体育运动的健康发展。

2 瑜伽运动的生态女性主义意蕴

作为后现代主义思潮中产生的生态女性主义,已成为女性主义理论中最有活力和批判性的派别。生态女性主义崇尚自然与人的平等,崇尚对人的温情和关怀,推崇身心的和谐,强调多元生活,在审美上崇尚柔美自然,反对用身体的力量和理性话语压制他者。在体育运动领域,越来越多的人已经关注到体育的异化,呼唤体育本真的回归,强调提升其生命的价值。我国开始将全民健身上升为国家战略,城市健身圈建设发展如火如荼,在众多健身项目中追求天人合一的东方运动养生项目倍受青睐。其中具有自然和谐、身心一体、天人合一特质的瑜伽运动是男性和女性都普遍适合的大众运动方式,这项运动崇尚人的主体性,具有“繁衍”与水性隐喻,有着浓厚的生态女性主义意蕴。

2.1 “身心合一”的追求契合生态女性主义意蕴

生态女性主义者除了批判“父权制”外,还针对“父权制”下形成的二元的哲学思维进行批判,二元论把人(man)与自然、心灵与身体、理性与情感、男性与女性分裂开来,二元主义认为“思想”“理性”和“男性”具有高于“肉体”“情感”和“女性”的地位,强调二元的对立或相互排斥。生态女性主义是“非基础主义”的思想,其反对使用对象性和概念性的方法将自然界与主体、身体与意识进行分割,反对古典理性主义哲学对人存在于世状态的抽离,强调直觉主义的思维,崇尚身体本然性的释放。

在体育运动各领域存在“身心二分”的异化。竞技体育尤为明显,身体沦为功利的工具,导致对自然身体的伤害和心理层面上疲劳与耗竭,最终丧失自我。在社会养生和健身领域中,因传统养生文化建设和宣传的缺失,加上市场运营、媒介推广等原因,导致受众出现错误的养生观念^[5],呈现出身体第一的价值观和过度养身观^[6],诸如养生就是“养身”,就是吃营养品,就是锻炼身体。健身层面上人们更多选择走进健身房,更多注重运动强度和运动时间,认为肌肉和身材是健康的标志,注重外部身体的操练,忽视了意识锻炼的“内作用性”^[7],忽视了形而上“心”的层面。相关调研发现,健身俱乐部主要以街舞、形体操、有氧健身操等无器械项目和动感单车、踏板操、跑步机等器械类项目为主^[8],总体上是运动节奏快、运动负荷大的西方运动项目,严重缺乏对舒缓柔和、身心俱养的东方传统运动项目的开发和利用。

瑜伽是东方养生文化的代表之一,发源于古印度文明,有5000年悠久的历史。“瑜伽”一词,是梵语“yoga”的音译,其含义为“连接”“合一”“和谐”等,据印度的古典著作《梨俱吠陀》记载,瑜伽是指牛马车上的缰绳、捆绑、联结等^[9],本意是通过缰绳控制牛马,之后被引申为控制欲望以达到寻求精神解脱之意,就是把人的各种能力连接起来,达到超我、身心和谐统一的境界^[10]。

瑜伽是生理上的动态运动及心灵上的操练,在身的层面上,瑜伽运动通过伸展、拉伸、力量、耐力、柔韧等体位上的练习,协调和平衡身体机能,增强机体活力。在心的层面上,瑜伽强调通过体位练习和静坐冥想等手段,有助于消除心理压抑、紧张、疲劳、焦虑等负面情绪,增强平和、宁静、自信、乐观等积极情绪,能够保持思想清晰和身体活力,培养心灵和谐和情感稳定的状态。陈士强等综合大量国内外实证研究,指出瑜伽可以改善心血管系统、呼吸系统、运动系统功能、增强免疫功能及改善神经内分泌系统

和调节心理状态等^[11]。

瑜伽运动借助身体这根缰绳的媒介,通过肉身的修炼来沟通精神之“我”,尤其强调“身心合一”,把精神智慧和肉体完美结合起来。在瑜伽修持中强调体位与呼吸、冥想相结合,相辅相成才能达到最好的练习效果,而且瑜伽的姿势是身体与精神结合的重要部分。通过意念的引导,促使身体姿势与呼吸的相互协调,达到一切和谐的状态。瑜伽的终极目标是通过驾驭肉体感官来驯服那颗永动的心,以达到控制自己的目的。动态瑜伽具体通过专注于当下的身体感官活动,并配合有意识的呼吸,收摄心意,从而达到悬置形躯、控制形躯、身心合一的状态;静态瑜伽冥想是通过调节呼吸等方式来收摄“眼、耳、鼻、舌、身、意”六根,精神内守,从而达到忘我的合一状态。瑜伽追求精神与肉体结合,追求“身心合一”,这正体现了生态女性主义倡导的“一元论”,也正符合人的本真状态和体育本然状态。

因此,在当代大众健身发展和健身圈建设的热潮中,无论是从个体而言健身项目的选择上,还是从城市健身圈项目品牌的打造上,都应注重契合生态女性主义的理念,注重“身心合一”“形神兼备”的运动观,应更多地挖掘和塑造诸如瑜伽、太极拳、八段锦等东方传统的运动项目,应重视作为身体主体的个体性,强调个人在具体情境中的动态形态和“身心一元”的“心理场”效应。

2.2 “阴阳平衡”的理念契合生态女性主义意蕴

生态女性主义者认为环境问题产生的原因是“父权制”文化,同时环境问题对女性健康的影响远远大于男性,使得环境问题对女性的影响引起社会的关注,她们强调“父权制”文化导致了性别歧视、种族歧视、阶级剥削、生态环境的破坏,同时认为生态危机是因为现代男权社会的压迫,使得社会、自然环境发展不平衡,自然界中的“男性”“女性”的平衡发展才能促使自然生态的平衡^[12]。另外生态女性中的文化生态女性主义者和精神生态女性主者在精神层面上认为女性孕育、月经、包容特性,与自然孕育万物、月亮的残缺变化有着密切的关系,并认为“男性”代表太阳,“女性”代表月亮,自然界的生态危机只有男女平等,才能从根本上解决。

由于女性先天受生理特征的限制,怀孕期间和经期都不能从事体育运动,从古至今女性与体育运动、身体运动似乎都存在着“隔阂”。我国古代征战沙场、保家卫国几乎都成为了男人的代名词,就连花木兰代父从军也要用男儿的“假身”,在西方“男权制”理念下,女人的地位自始至终都低于男性,只有男性才有权利进行体育活动。在他们看来女性天生

柔弱、容易受到伤害,而且女性从事体育运动容易男子气,被认为是不守妇道^[13]。体育被赋予了竞技和挑战,甚至取代了战争的位置,崇尚超越极限,彰显“男性”的气质,破坏了人与人之间的平等性,贬低了女性体育的地位。从社会性别角度分析体育发展过程中“阴阳失调”正是导致当今体育异化的重要因素之一。生态主义女性一直强调女性身体的重要性,他们一直反对“男权制”对他们身体的歧视,积极阐述体育运动对女性的重要性,甚至强调赋予“女性”气质的运动项目对人们养生的重要价值。

在东方天人合一整体思维方法指导下,人个体本身也是一个宇宙,要想健康和谐就必须调和身与心、动与静的关系,其中动与静代表阳与阴。东方的智慧发现自然界万物是处在一种无思无为“静”的状态之中,只有“致虚极,守静笃”才能达到“道生万物”的“天人合一”的境界,古人曾一度强调以静功为主,追求“气聚”“神凝”,但忽视了身的层面,忽视了动功调形,在此基础上古人发明了调和身心、调和阴阳的导引术,这其中以瑜伽和太极为代表。瑜伽运动整体上讲究动静结合和阴阳平衡,其最具代表的就是“哈塔瑜伽”,“哈”为太阳,象征阳性能量,“塔”为月亮,象征阴性能量,在瑜伽修行过程中尤为讲究阴阳协调、能量平衡,其强调身体的锻炼与呼吸控制,强调左右对称、前后配合、动静结合,都是阴阳互补、阴阳平衡发展的体现,已达到促进身体健康发展的目的。同时瑜伽修行主要包括“意”“形”“气”。“意”是指瑜伽的冥想,如入定、专注等。“形”是指瑜伽运动中采取不同的姿势使得身体与外界达到更好的能量交换,可分为背屈姿势、脊柱扭转姿势、站姿、平衡姿势、倒立姿势等。“气”是指呼吸吐纳,气的来源包括3个方面,即自然之气、先天之气、五谷之气,瑜伽通过呼吸除了帮助冥想外,主要是身体与外界能量的交换,通过这种交换达到滋养机体,增加身体器官活力的目的。在实践中控制和导引人体的气机和阴阳,以气运身,使真气遍布真身,调和五脏六腑,平衡人体阴阳,在促进人体器官健康协调运转的基础上,追求整体功能的最大发挥。

瑜伽运动不追求更高、更快、更强的超越目的,不强行超越自身生理极限,不以消耗过多能量为代价,而是以柔和、缓慢、自然、安舒身体动作为主,以达到补充能量、调和阴阳平衡的目的。无论从健身项目的柔和“女性”气质上看,还是从健身功效调和个体阴阳生态平衡上看,瑜伽运动都契合了生态女性主义的意蕴。

因此,当代无论大众健身研究领域还是实践领域,应从社会生态角色将运动中的“强权政治”“一

元话语”“暴力运动”“肌肉气质”“弱势歧视”视作“男性”的隐喻加以批判,强调运动的“价值平等”和“价值多元”,每个具体的自然主体都是价值相等的,每个个体都有自身存在的特质。基于生态女性主义的关怀应广泛地关注诸如女子、老年、幼儿、少数民族裔和残疾人等“弱势”“被忽视”“非竞争性”“无功利性”的群体体育活动。同时个体的运动观也应注重阴阳平衡和动静结合,从而收到更好的健身养生效果。

2.3 “梵我归一”的境界契合生态女性主义意蕴

生态女生主义认为女性接近于自然,主张自然世界与女性主义精神的结合,表达了生态女性主义追求的人与自然的和谐统一关系。生态女性主义者用母亲的形象来隐喻大自然,女性生育子女繁衍后代以及包容的性格就像大自然孕育和滋养着人类一样。在西方“父权制”的元二元思维方式概念下,人与自然、男人和女人是对立的关系,自然是人类征服的对象,是人类发展的工具,就像把女人看作是为男人所用的“他者”一样^[14]。生态女性主义主张破除“人类中心论”,恢复自然原本的价值,把人对自然的“控制”转化成对自然的“敬畏”^[15]。通过对自然概念的分析,对传统社会建构的自然概念的批判,结合对“父权制”的反抗和批判建构了生态女性主义视域中的人与人以及人与自然共融的新型关系。

体育运动的发展过程中过分强调超越肉身之我,忽视精神之我,更忽视了超越“我”之上的“梵天”的境界,也即“道”的境界或“无我”的境界,这种境界也正是东方圣哲苦苦追寻的“天人合一”的境界。瑜伽经典《薄伽梵歌》中这样定义瑜伽“瑜伽就是促使个人灵魂(小我)与宇宙灵魂(梵或大我)结合合一的手段”,瑜伽被看作是与宇宙自然和谐相处的艺术。瑜伽倡导灵魂与宇宙的结合,使人的心灵超脱于肉体的束缚,通过个体意识的觉醒,实现精神的解脱。一是通过瑜伽体位练习,配合呼吸训练,全神贯注投入到肉身之我的体位动作,在模仿过程中去体悟和感知身体和我的存在,进而忘却身体,忘却肉身之我,达到“无我”的境界。二是通过瑜伽的静坐冥想,冥为泯灭,想为心思意念,通过凝神(将心专注于一点),每个当下将全身、全心、全灵纯然地处于“在”的状态和持续的觉知状态,将个体意识与一切万有和宇宙意识相互连接,感受到与那个原始动因的沟通,在简朴的运动中体悟生命的诗意存在,“人即境,境即人,浑融一体”^[16],达到入定的三摩地境界,即我、心、境融合无二无别的“梵我归一”的境界。瑜伽这种“梵我归一”状态正契合了生态女生主义中人与自然的和谐统一。

瑜伽修炼尤为强调个体的道德规范,注重人文教化和社会生态,将“非暴力、真实、不偷盗、节欲、无欲”作为修炼者的基本道德规范,同时也注重修炼者的内外净化,内净化“欲望、愤怒、贪欲、狂乱、迷恋、恶意、嫉妒”等7种恶习,外净化为“端正个人行为习惯,美好周围环境”,这些也契合了生态女性主义的社会关系生态理念。

另外瑜伽运动本身也是效法自然、模仿自然与自然合一的最好诠释,其创编和发展过程蕴含了自然万物生长的智慧,采用的体位和姿势多模仿于动物(如眼镜蛇、蝗虫、龟、骆驼等),效法动物在患病期间是如何自我痊愈的,也有效法植物的生长奇特的规律。因此,瑜伽本身就是一个蕴涵大自然神奇造化功能信息的载体^[17],具有自然“繁衍”的隐喻,具有水性包容的隐喻,这也正契合了生态女性主义的意蕴。

因此,基于生态女性主义意蕴对当代体育的启示,应将从从事运动的人体视作存在于世的整体,强调体育运动的“具身化”,即运动者的本质是周身知觉与其所在的时间和空间共融一体的“运动之肉”,强调主体间的和谐共融,通过悬置“肉身之我”绽放“精神之我”,从而达到“梵我归一”的无我境界。其还可以指导现实体育观的转变,从抽象和离身的理论研究、政策制定、教育模式、投资形式转化为更切近大众体验的具身形态。例如:在健身圈建设过程中应注重运动场馆和场所的体验价值,使运动参与者与运动空间达到共融的效应,充分利用和发挥原生态自然的价值和功效,建设独特的生态健身圈,从而促进“外化心灵”(自然)和“内化自然”(心灵)的生态环境的建设。

3 结 语

崇尚男权、主客二分的西方文化呈现出了人本精神危机和生态和谐危机,生态女性主义强调在打破男权主义的基础上建立一个男人、女人和自然平等和谐的社会。在体育运动各个领域这种男权性、具有宰制性、商业化等异化现象表现更为突出,已经威胁到体育的健康和谐发展。在体育的诸多运动项目中代表东方智慧的瑜伽运动契合了生态女性主义所推崇的人类活动方式,摆脱了“男权制”的桎梏,崇尚人身心和谐、人与自然和谐,崇尚人的主体性,具有自然“繁衍”的隐喻、水性的隐喻,追求身心同一、阴阳同一、梵我一体,具有广泛的适应性,男女老

少皆宜,是一种达到身体、心灵与精神和谐统一的运动方式,其所蕴涵的生态女性主义智慧可为化解当代男权体育危机提供新的思路,对当今的体育观、运动观、养生观、身体观等具有一定的启示作用,对当代大众健身领域和健身圈的建设也具有一定的现实指导意义。但瑜伽在发展过程中特别是在产业化、商业化运作过程中,也应注意避免功利化倾向,避免过分追求身的层面,以免重蹈异化覆辙,使其沦为功利化的工具,那样也必将走向衰亡。

参考文献:

- [1] 关春玲. 西方生态女权主义研究综述[J]. 国外社会科学, 1996(2): 26-30.
- [2] 龙娟. 自然与女性之隐喻的生态女性主义批评[J]. 湘潭大学学报, 2007, 31(2): 71-72.
- [3] 刘桂海. 回答: 体育本质是什么[J]. 体育与科学, 2011, 32(3): 20-25.
- [4] 杨志敏. 身体理论视域下的竞技体育异化[J]. 成都体育学院学报, 2010, 36(5): 55-58.
- [5] 敬继红, 闫文凯, 席永平. “养生热”现象折射的社会问题研究[J]. 吉林体育学院学报, 2012, 28(1): 134-136.
- [6] 徐飞鹏. 养生热反思[J]. 体育文化导刊, 2014(3): 57-58.
- [7] 谷丽霞. 我国古代养生观的发展及其对现代健身理论的意义[J]. 山东大学学报(哲学社会科学版), 2004(5): 65-68.
- [8] 李珺. 上海市商业健身俱乐部现状调查与发展对策的实证研究[D]. 上海: 华东师范大学, 2007.
- [9] 李建欣. 印度古典瑜伽哲学思想研究[M]. 北京: 北京大学出版社, 2000.
- [10] 刘莹. 瑜伽与中医养生的比较研究[D]. 济南: 山东中医药大学, 2008.
- [11] 陈士强. 瑜伽的生理心理功效研究进展[J]. 中国运动医学杂志, 2012, 31(8): 740-744.
- [12] 耐木. 生态女性主义研究: 从女性主义到生态女性主义[D]. 开封: 河南大学, 2013.
- [13] 熊欢. 女性主义视角下的运动身体理论[J]. 北京体育大学学报, 2013, 36(7): 30-35.
- [14] 余维海. 生态女性主义及其对我国生态文明建设的启示[J]. 前沿, 2011, 299(21): 175-178.
- [15] 王霞. 生态女性主义视角下人与自然关系的重塑[J]. 理论探索, 2013(5): 48-51.
- [16] 董群. 佛教伦理与中国禅学[M]. 北京: 宗教文化出版社, 2007: 138.
- [17] 李秀. 太极拳与瑜伽之比较研究[J]. 海南大学学报(人文社会科学版), 2006, 24(3): 446-450.